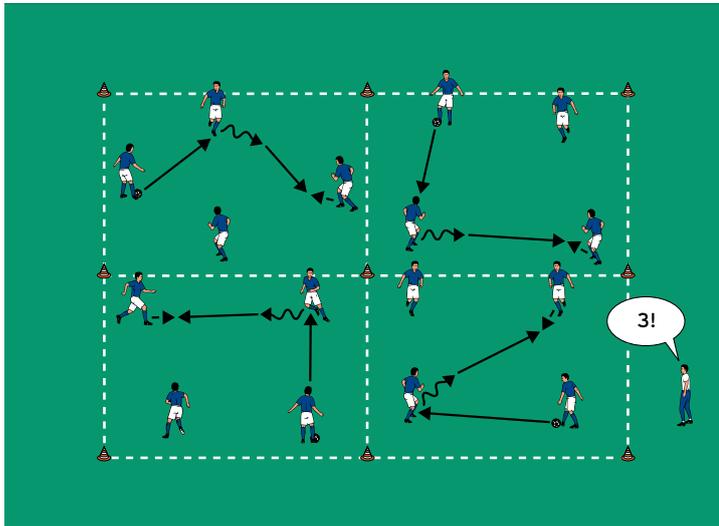


B-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

KONTAKT-VARIATION

ORGANISATION

- ▶ 4 Felder markieren
- ▶ 4 Gruppen bilden und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Pro Gruppe 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich jeweils in der Gruppe zu.
- ▶ Der Trainer gibt per Zuruf jeweils die Kontaktzahl vor, mit der die Spieler exakt spielen müssen.
- ▶ Auf ein weiteres Trainerkommando rücken alle Gruppen im Uhrzeigersinn ein Feld weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Die Passempfänger dürfen nicht zum jeweiligen Passgeber zurückpassen.
- ▶ Die Spieler jeweils durchnummerieren. Sie müssen sich in der jeweiligen Reihenfolge zuspielen (1 zu 2, 2 zu 3 usw.).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Spieler den gesamten Raum des Feldes nutzen, so dass die Pässe nicht über eine zu kurze Distanz gespielt werden.
- ▶ Als Trainer darauf achten, dass alle Spieler stets in Bewegung sind.